

LAMMEKOTELET

m/ ovnbagte rodfrugter, rødbedesalat og rødbedesauce

Gourmet
40-60 min.



Til 4 personer

INDKØBSLISTE

Lammekotelet (Tip: Du kan også bruge lammesteak, mørbrad eller culotte til denne ret.)

Ovnbagte rodfrugter: Vælg selv mellem kartofler, gulerod, pastinak, persillerod og rødbede – ca. 200 gram pr person.

Rødbedesalat: 3 rødbeder, 1 håndfuld jordskokker, 1-2 tsk peberrod, 2 dl eddike, 1 dl vand, 1 dl sukker, 1 dl drænet yoghurt.

Rødbedesauce: 1½ dl bouillon, maizena.

SÅDAN GØR DU

1. Start med de ovnbagte rodfrugter.
2. Lav herefter rødbedesalat.
3. Steg lammekoteletterne.
4. Til sidst laves rødbedesauce.

Ovnbagte rodfrugter: Skræl rodfrugter og skær i både. Steg dem i ovn i ca. 30 min ved 200 grader.

Rødbedesalat: Skræl og rens grøntsager. Skær rødbeder og jordskokker i tern. Bland eddike, vand og sukker i gryde og kog op. Tilsæt grøntsager. Tilsæt bouillon til grøntsagerne er dækket. Kog i 10 min. sigt væde i skål (Væden bruges til rødbedesauce). Grøntsagerne køles af. Bland dem herefter med drænet yoghurt. Smag til med peberrod, salt og peber.

Lammekotelet: Rids kotelettens fedtkant. Rids fedtet ned til kødet. Gnid salt i fedtkant. Steg koteletter i ovn i 15 min på hver side med fedtkant opad. Eller steg dem på en pande ca. 3 min på hver side.

Rødbedesauce: Tag væde fra rødbeder. Lad den koge ind lige indtil servering. Jævn den med maizena. 2 spsk. Maizena røres i 4 spsk. Vand, hældes i sauce og koges op. (Tilsæt mere jævning, hvis du ønsker den tykkere.)

LAMMEKOTELET

m/ ovnbagte selleribåde, salat og aioli

Den hurtige
30 min.



Til 4 personer

INDKØBSLISTE

Lammekotelet (*Tip: Du kan også bruge lammesteak.*)

Ovnbagte selleribåde: 1 knoldselleri - ca. 200 gram pr. person.

Salat: 2 Gulerod, 2 pastinak, 1 lille porre, 1 spsk. Eddike, 1 spsk. Olie, 1 tsk. honning/sirup, 1 fed hvidløg, 1 tsk. Sennep, mandler.

Aioli: mayonnaise, frisk mynte eller salvie, hvidløg, salt, peber.

Lav evt. mayonnaise selv: 1 bæger past. æggeblomme, ½ tsk. eddike, ca. 2 dl olie.

SÅDAN GØR DU

1. Start med de ovnbagte selleribåde.
2. Lav herefter aioli.
3. Lav salat.
3. Til sidst steges lammekoteletterne.

Ovnbagte selleribåde: Skræl selleri og skær dem i både. Vend i olie, salt. Bag i ovn i ca. 30 min.

Aioli: Tag 1 dl mayonnaise (lav mayonnaise se nedenfor - eller køb en). Smag til med 1 fed hvidløg, salt, peber og frisk salve eller mynte.

Mayonnaise: Hæld æggeblomme i skål og rør – lad blomme stå i 10 min. Tilsæt eddike og rør. Hæld tynd stråle olie i og rør.

Salat: Skræl gulerod og pastinak, smid skræller ud. Skræl nu videre i en skål. Rens og skyl porren. Del den 2 gange på langs. Snit fint på tværs. Rist mandler hele på en tør pande. Lav olieeddikedressing ved at blande eddike, olie, honning/sirup, hvidløg, sennep, salt, peber. Bland salat med olieeddikedressing og drys krydderurter over. Hak ristede mandler og drys over.

Lammekotelet: Steg lammekotelet på en pande i ca. 3 min. på hver side, når selleribådene har fået 25 min.

LAMMECULOTTE

Gourmet
ca. 1 time

m/ ovnbagte rodfrugter og 2 friske vintersalater samt ølglace



Til 3-4 personer

INDKØBSLISTE

Lammeculotte, rosmarin. (Tip: Du kan også bruge mørbrad, lammekotelet eller lammesteak.)

Ølglace: en god mørk øl fx dark lager, 2 spsk. balsamico, 1 tsk. Honning, 1 dl bouillon, 3-4 laurbærblade, evt. rosmarin

Ovnbagte rodfrugter: Vælg selv mellem rødbede, pastinak, persillerod, kartoffel – ca. 200 gram pr. person.

Savoysalat: ½ savojkål, 2 spsk. kapers, 2 spsk. finthakkede soltørrede tomater, 1 spsk. olie, 1 spsk. eddike, 1 tsk. sennep.

Æblesalat: 2 æbler, 3 stilke bladselleri, 1 dl drænet yoghurt, 1 tsk. sennep, 1 spsk. honning, håndfuld sukkerærter, friske krydderurter (salvie eller mynte).

SÅDAN GØR DU

1. Start med lammeculotten.
2. Lav herefter ølglace.
3. Lav de ovnbagte rodfrugter.
4. Til sidst laves salater.

Lammeculotte: Culotte krydres og sættes i ovn (brug fx rosmarin, salt, peber, lidt eddike, olie). Culotten skal steges ca. 1 time til kernetemperaturen er 70 C. Brug et stegetermometer.

Ølglace: Bland ingredienser i kasserolle. Lad væsken koge ind ca. ½-1 time. Tilsæt lidt mere øl eller vand, hvis den koger helt ind.

Ovnbagte rodfrugter: Skræl rodfrugter og skær dem i både. Vend i olie og salt. Bag rodfrugter i ovn i ca. 30 min ved. 200 grader.

Savoysalat: Fjern yderste blade samt stok fra savojkål. Skær i fine strimler. Lav dressing af resten af ingredienser. Bland herefter dressingen med kålen.

Æblesalat: Skyl og rens grøntsager. Skær æbler i tynde skiver. Snit blegselleri og sukkerærter. Bland drænet yoghurt, honning, sennep. Dressing vendes i salaten. Pynt med friske krydderurter.

LAMMEKØLLE

m/ pestokartofler og pære/gulerodssalat

Gourmet
ca. 2 timer



Til 5-6 personer

INDKØBSLISTE

Lammekølle: ½ l mørk øl eller vin. (Tip: Du kan også bruge en bovsteg.)

Marinade: 2 spsk. salvie, 2 spsk. olie, 1 tsk. salt, peber, 1 spsk. soja, 1 spsk. citronsaft.

Pestokartofler: 1 kg små kartofler, pesto (lille bundt persille, 2 fed hvidløg, ½ dl citron, 2 dl olie) – ca. 200 gram pr. person.

Pære/gulerodssalat: 2 gulerod, 2 pære, 2 pastinak, 20 blade mynte eller salvie, 2½ dl græsk yoghurt, 1 spsk. honning, eddike.

SÅDAN GØR DU

1. Start med lammekøllen.
2. Lav herefter pære/gulerodssalat.
3. Til sidst laves pestokartofler.

Lammekølle: Lav marinade ved at blande ingredienser (knus dem evt. i morter). Mariner steg. (Læg evt. steg i en frysepose og lad den ligge i marinaden et døgn). Brun i ovn i 30 min ved 225 grader. Steg færdig ved 175 grader i ca. 2 timer til kernetemperaturen er 70 C. Brug stegetermometer. Tilsæt løbende øl eller rødvin – ca. ½ liter. Brug skysaucen til retten.

Pære/gulerodssalat: Skræl grøntsager. Snit grøntsager i fine strimler (ca. 10 cm lange og så tynde som du kan skære). Lav yoghurtdressing med mynte, eddike og honning, salt, peber. Vend yoghurtdressing i grøntsager. Pynt med fintsnittet mynte eller salvie.

Pestokartofler: Kog kartoflerne. Hak ingredienser (persille, hvidløg, citron, olie, salt og peber) med fx stavblender. Pil kartofler. Vend pesto med kartofler lige inden servering.

LAMMECULOTTE

m/ ovnbagte rodfrugter, rødbedesalat og rødbedesauce

Gourmet
ca. 1 time



Til 3-4 personer

INDKØBSLISTE

Lammeculotte, rosmarin. (Tip: Du kan også bruge lammesteak, lammemørbrad eller lammekotelet til denne ret.)

Ovnbagte rodfrugter: Vælg selv mellem kartofler, gulerod, pastinak, persillerod og rødbede – ca. 200 gram pr person.

Rødbedesalat: 3 rødbeder, 1 håndfuld jordskokker, 1-2 tsk peberrod, 2 dl eddike, 1 dl vand, 1 dl sukker, 1 dl drænet yoghurt.

Rødbedesauce: 1½ dl bouillon, maizena.

SÅDAN GØR DU

1. Start med lammeculotten.
2. Lav herefter de ovnbagte rodfrugter.
3. Lav rødbedesalat.
4. Til sidst laves rødbedesauce.

Lammeculotte: Culotte krydres og sættes i ovn (brug fx rosmarin, salt, peber, lidt eddike, olie). Culotten skal steges ca. 1 time til kernetemperaturen er 70 C. Brug et stegetermometer.

Ovnbagte rodfrugter: Skræl rodfrugter og skær i både. Steg dem i ovn i ca. 30 min ved 200 grader.

Rødbedesalat: Skræl og rens grøntsager. Skær rødbeder og jordskokker i tern. Bland eddike, vand og sukker i gryde og kog op. Tilsæt grøntsager. Tilsæt bouillon til grøntsagerne er dækket. Kog i 10 min. sigt væde i skål (Væden bruges til rødbedesauce). Grøntsagerne køles af. Bland dem herefter med drænet yoghurt. Smag til med peberrod, salt og peber.

Rødbedesauce: Tag væde fra rødbeder. Lad den koge ind lige indtil servering. Jævn den med maizena. 2 spsk. Maizena røres i 4 spsk. Vand, hældes i sauce og koges op. (Tilsæt mere jævning, hvis du ønsker den tykkere.)

LAMMEKØLLE

m/ ovnbagte rodfrugter, rødbedesalat og rødbedesauce

Gourmet
ca. 2 time



Til 5-6 personer

INDKØBSLISTE

Lammekølle, ½ l mørk øl eller vin. (Tip: Du kan også bruge en bovsteg.)

Marinade: 2 spsk. salvie, 2 spsk. olie, 1 tsk. salt, peber, 1 spsk. soja, 1 spsk. citronsaft.

Ovnbagte rodfrugter: Vælg selv mellem kartofler, gulerod, pastinak, persillerod og rødbede – ca. 200 gram pr person.

Rødbedesalat: 3 rødbeder, 1 håndfuld jordskokker, 1-2 tsk peberrod, 2 dl eddike, 1 dl vand, 1 dl sukker, 1 dl drænet yoghurt.

Rødbedesauce: 1½ dl bouillon, maizena.

SÅDAN GØR DU

1. Start med med lammekøllen.
2. Lav herefter de ovnbagte rodfrugter.
3. Lav rødbedesalat.
4. Til sidst laves rødbedesauce.

Lammekølle: Lav marinade ved at blande ingredienser (knus dem evt. i morter). Mariner steg. (Læg evt. steg i en frysepose og lad den ligge i marinaden et døgn). Brun i ovn i 30 min ved 225 grader. Steg færdig ved 175 grader i ca. 2 timer til kernetemperaturen er 70 C. Brug stegetermometer. Tilsæt løbende øl eller rødvin – ca. ½ liter.

Ovnbagte rodfrugter: Skræl rodfrugter og skær i både. Steg dem i ovn i ca. 30 min ved. 200 grader.

Rødbedesalat: Skræl og rens grøntsager. Skær rødbeder og jordskokker i tern. Bland eddike, vand og sukker i gryde og kog op. Tilsæt grøntsager. Tilsæt bouillon til grøntsagerne er dækket. Kog i 10 min. sigt væde i skål (Væden bruges til rødbedesauce). Grøntsagerne køles af. Bland dem herefter med drænet yoghurt. Smag til med peberrod, salt og peber.

Rødbedesauce: Tag væde fra rødbeder. Lad den koge ind lige indtil servering. Jævn den med maizena. 2 spsk. Maizena røres i 4 spsk. Vand, hældes i sauce og koges op. (Tilsæt mere jævning, hvis du ønsker den tykkere.)